Bemariyon Ka Ilaj

بیماریوں کا علاج

قرآن و سنت سے

Quran wa Sunnat Se

تالیف

محترمہ عابدہ نسیم رحمہا اللہ

Mrs. Abida Naseem

تہذیب و نظر ثانی

فضیلۃ الشیخ مولانا محمد منیر قمر حفظہ اللہ

Abu Adnan Shaikh

Mohammed Munir Qamar



مکتبہ کتاب و سنت

Bemariyon ka Ilaj
Quran Wa Sunnat Se

Compiled by:
Ms. Abida Naseem

Edited and Revised by: Honorable Sheikh Maulana Abu Adnan Mohammed Munir Qamar

Translated by:
Er. Mohammad Naseem
24/11/1447 AH

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيم

Bismillaahir-Rahmaanir-Raheem

تقديم

Taqdim

إِنَّ الْحَمْدَ لِلَّهِ، نَحْمَدُهُ، وَنَسْتَعِينُهُ، وَنَسْتَغْفِرُهُ، وَنَعُوذُ بِاللَّهِ مِنْ شُرُورِ أَنْفُسِنَا، وَمِنْ سَيِّئَاتِ أَعْمَالِنَا، مَنْ يَهْدِهِ اللَّهُ فَلَا مُضِلَّ لَهُ، وَمَنْ يُضْلِلْ فَلَا هَادِيَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ.

Innal-hamda lillaahi, nahmaduhu wa nasta'inuhu wa nastaghfiruhu, wa na'udhu billaahi min shuruuri anfusinaa, wa min sayyi'aati a'maalinaa, may-yahdihillaahu falaa mudhilla lahu, wa may-yudhlil falaa haadiya lahu, wa ash-hadu al-laa ilaaha illallaahu wahdahu laa shareeka lahu, wa ash-hadu anna Muhammadan 'abduhu wa rasuuluhu.

Amma Ba'd:

Qarieen-e-Kiraam! Assalam-o-Alaikum Wa Rahmatullahi Wa Barakatuhu

Zair-e-nazar kitabche mein mukhtalif bimariyon se shifa ke liye Quran-e-Kareem ki aayat aur Nabi-e-Akram ﷺ ki duaein zikr ki gayi hain, yeh "Dar qamat kehtar dar qemat behtar" ke masdaq hai, kyunke yeh mukhtasar aur mufeed hai, husool-e-sakinat o shifa ki niyat se saari Qurani aayat parhein aur mukhtalif amraz

ke liye Nabi-e-Akram ﷺ ki batai hui alag alag duaein bhi karein, har tariqa mein khair o barkat hai.

Allah Ta'ala moallifa (rahimahallah) ki is mehnat ko sharaf-e-qabool se nawaze aur un ke shohar Janab Engineer Muhammad Naseem (hafizahullah) ko jaza-e-khair ata farmaye. Ameen.
Yeh kitabcha is se pehle bhi shaya ho chuka hai aur ab hum ise baaz zaroori tasheehat aur izafon ke saath Maktaba Kitab-o-Sunnat wa Umm-ul-Qura Publications Pakistan.
Aur Tauheed Publications India ki taraf se shaya kar rahe hain. وَبِيدِ اللَّهِ التَّوْفِيقُ وَمِنْهُ الْقَبُولُ (*Wa bi-yadi-llāhi-t-tawfīqu wa minhu-l-qabūl*).

Is kitab ki composing hamare lakht-e-jigar Hassan Qamar (sallamahullah) ne ki hai.

تَقَبَّلَ اللَّهُ مِنَّا وَمِنْهُ صَالِحَ الْأَعْمَالِ وَوَفَّقَنَا وَ إِيَّاهُ لِكُلِّ خَيْرٍ
(*Taqabbal-allāhu minnā wa minhu ṣāliha-l-a'māli wa waffaqanā wa iyyāhu li-kulli khayr*).

Allah Ta'ala ise tamaam qarieen ke liye naafay banaye. Ameen.

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

(*Wassalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatuhu*)

Abu Adnan Mohammed Munir Qamar Nawabuddin
Translator, Sharia Court Al-Khobar
And Cooperative Preacher at Makatib al-Jaliyat
(Dawah Centers) Al-Khobar, Ar-Rakah, and Ad-Dammam
Saudi Arabia
Date Wednesday, 18/6/1441 AH

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ.

Bimari Momin ki Aazmaish hai:

Tamam tareefein Allah ke liye hain aur durood o salaam ho Khatam-ul-Anbiya صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ aur Aap صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ke Aal o Ashab رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ par.

Allah ki taraf se museebat aur aazmaish, jis ke zariye se woh apne bandon ko aazmata hai, jaise marz, khauf, bhook, pyaas, maal wa jaan mein nuqsaan waghaira hain. Aise waqt mein usne sabr o tasalli ko farz kiya hai, taake is par Allah unhein ajr wa thawab de aur un ki buraiyon aur gunaahon ko maaf farma de.

Irshad-e-Bari Ta'ala hai:

﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ﴿١٥٥﴾﴾ [البقرة: 155]

Wa-lanabluwannakum bi-shay'im-minal-khawfi wal-jū'i wa-naqṣim-minal-amwāli wal-anfusi wath-thamarāt; wa-bashshiris-ṣābirīn.

"Aur albatta hum tum ko kuch darr, kuch bhook aur kuch maal, kuch jaanun aur kuch phalu ke nuqsaan ke saath aazmaaein gay aur sabr karne walon ko khush khabri de."

Irshad-e-Nabwi ﷺ hai:

"Jo sabr karta hai Allah Ta'ala use sabr ki Daulat ata farmata hai. Sabr se behtar kisi shakhs ko koi cheez nahin ata ki gayi. "
(Muttafaqun Alayh Sahih Bukhari & Muslim)

Irshad-e-Risalat Ma'ab ﷺ hai:

"Momin mard aur momin aurat par jaan, maal aur aulad ki musibatein nazil hoti rehti hain yahan tak ke woh jab Allah ki bargah mein pesh hoga to us ke nama-e-amaal mein koi gunah nahin hoga."
(Sunan At-Tirmidhi)

Nabi-e-Akram ﷺ ne farmaya hai:

"Momin ka maamla bhi ajeeb hai, us ki har haalat us ke liye faida mand hai. Agar khushi haasil hoti hai to woh apne Rab ka shukr baja lata hai jo us ke liye ba'is-e-khair hai aur agar use aazmaish se do-char hona parta hai to woh sabr karta hai jo us ke haq mein ba'is-e-khair hai. Aur yeh sirf momin ke liye hi hai, kisi aur ke liye nahin." (Sahih Muslim: 2999)

Farman-e-Nabwi ﷺ hai:

"Koi Musalman jab kisi jismani takleef ya bimari, ya chhote bare gham, ya aziyat o takleef se do-char hota hai, hatta ke agar use koi kanta bhi chubh jata hai to Allah Ta'ala us ke badle us ke gunah maaf kar deta hai."
(Sahih Bukhari: 5640, Sahih Muslim: 2572)

Farman-e-Risalat Ma'ab ﷺ hai:

"Jab Allah Ta'ala apne bande ke liye bhalayi ka irada karta hai to use duniya mein hi jald azab de deta hai, aur jab Allah Ta'ala kisi bande ke saath sakhti ka irada karta hai to us ke gunaahon ka muakhaza nahin karta, yahan tak ke Qiyamat ke din us ke gunaahon ki use poori saza milegi."
(Sunan At-Tirmidhi: 2396, Sunan Ibn Majah: 4031, Sahih Ibn Hibban: 9411)

Irshad-e-Nabwi ﷺ hai:

"Bara badla bari museebat par hi milta hai aur Allah Ta'ala jab kisi qoum se mohabbat karta hai to unhein museebatun mein mubtala kar deta hai. Jo is museebat par raazi rahe us ko Allah ki raza haasil hoti hai aur jo is museebat par naraz hua use Allah ki narazi ka saamna karna parta hai."
(Sunan At-Tirmidhi: 2396, Sunan Ibn Majah: 4031)

Duniya ki kami beshi, duniya ka maal o asbab, quwwat aur izzat o zillat Allah ki mohabbat ya narazi ki alamat nahin hai, balki sirf aazmaish ke liye Allah Ta'ala aisa karta hai, taake woh dekhe ke ne'matun mein is ka kaun shukr ada kar raha hai aur takleefun mein saabir kaun hai?

Duniya daar-ul-amal hai aur daar-ul-imtihan bhi, jis ne is ki haqeeqat ko samajh liya wahi kamyab hua.

Nabi-e-Akram ﷺ ka irshad-e-mubarak hai:

"Aise waqt (wafat) mein jis bande ke dil mein yeh donon baatein (darr aur umeed) jama hoti hain, Allah Ta'ala us ko woh cheez deta hai jis ki woh umeed rakhta hai aur us cheez se be-khauf karta hai jis se woh darrta hai." (Sunan At-Tirmidhi)

Namaz ibadaat ki asaas o buniyaad hai jo deen ka sutoon aur Allah Ta'ala se raabte ka zariya hai. Namaz har baaligh aqil par farz hai. Sehat aur marz, safar o hazar aur amn o khauf har haal mein is par apni istata'at ke mutabiq kharay ho kar, baith kar ya lait kar wajib hai. Kisi bhi haalat mein jab tak aql maujood hai is **se namaz saaqit nahin hogi.**

Allah Ta’ala Surah Al-Hijr mein farmata hai:

﴿وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّى يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ ﴿٩٩﴾﴾ [الحجر: 99]

"Wa’bud Rabbaka hatta ya’tiyakal-yaqin"

"Aur apne Rab ki ibadat karte rahein yahan tak ke aap ko maut aa jaye."

Bimar hone ki surat mein ek Musalman bande ka Allah Ta’ala se achha gumaan hona chahiye ke Allah Ta’ala us par raham kare ga, azab nahin de ga aur maghfirat farmae ga, muakhaza nahin kare ga. Kyunke woh wasee-ul-maghfirat wala hai. Us ki rahmat har cheez ko shamil hai.

Ek Qudsi Hadith mein Aap ﷺ ne farmaya hai:

llah Ta’ala farmata hai: Main apne bande ke gumaan ke mutabiq hoon, aur us ke isi gumaan ke mutabiq us ke saath muamla karoon ga."
(Sahih Al-Bukhari: 7405, Sahih Muslim: 7507)

Allah Ta’ala ne jitni bimariyan nazil ki hain un ka ilaj bhi utara hai. Tibbi ilaj ke saath saath roohani ilaj bhi karna chahiye, kyunke Allah ne Quran mein bhi shifa rakhi hai.

Irshad-e-Bari Ta’ala hai:

﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا﴾ [الإسراء: 82]

(Wa nunazzilu minal-Qur'aani maa huwa shifaa'un wa rahmatul-lil-mu'mineena wa laa yazeeduz-zaalimeena illaa khasaaraa)

"Aur hum Quran mein se jo utarte hain who tandarusti aur rahmat hai Musalmanon ke liye, aur kafiron ko to aur zyada nuqsan deta hai."

Quran-e-Kareem ki ahmiyat to bila-shubha is ayat se bhi maloom hoti hai jis mein Irshad-e-Bari Ta'ala hai:

﴿لَوْ أَنْزَلْنَا هَذَا الْقُرْآنَ عَلَى جَبَلٍ لَرَأَيْتَهُ خَاشِعًا مُتَصَدِّعًا مِنْ خَشْيَةِ اللَّهِ وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [الحشر: 21]"

(Law anzalna haadhal-Qur'ana 'ala jabalin lara'aytahu khaashi'am-mutasaddi'am-min khashyatillaah; wa tilkal-amthaalu nadribuhaa lin-naasi la'allahum yatafakkaroon)

"(Ay Paighambar!) Agar hum is Quran ko pahar par utarte (halanke pahar bahut sakht hota hai) to tu dekhta ke woh Allah ke darr se jhuk raha hai, phat raha hai, aur hum yeh misalein is liye logon se bayan karte hain ke woh sochein."

Tariqa-e-Ilaj:

Qurani aayaat se har bimari ka ilaj mumkin hai yahan tak ke cancer ka bhi. Lehaza hum yahan in Qurani aayaat ka zikr kar rahe hain jo Allah ne Quran mein apne paighambaron ko sikhai hain, taake qarieen un se mustafid ho sakein.

Mareez ke liye munasib yeh hai ke woh khud ko Allah ki yaad mein mashghool rakhe, gunaahon se bache, kasrat se istighfar aur zikr-e-ilahi kare. Khud ke liye, apne ahl o ayal aur tamam momin o mominaat aur muslim o muslimaat ke liye duaein kare.

Sab se pehle Surah Fatiha teen baar, phir awwal o aakhir Durood Shareef (Durood-e-Ibrahimi). Is ke baad darj zail aayaat ek ek, do do, teen teen baar parhein:

1. اللّهُمّ صَلِّ عَلَى مُحَمّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمّدٍ كَمَا صَلّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ إِنّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ۝اللّهُمّ بَارِكْ عَلَى مُحَمّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ إِنّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ ۝

Allahumma salli 'ala Muhammadin wa 'ala ali Muhammadin, kama sallayta 'ala Ibrahima wa 'ala ali Ibrahima, innaka Hamidum Majeed. Allahumma barik 'ala Muhammadin wa 'ala ali Muhammadin, kama barakta 'ala Ibrahima wa 'ala ali Ibrahima, innaka Hamidum Majeed.

2. أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ.

﴿بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ۝١ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ۝٢ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ۝٣ مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ۝٤ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ۝٥ اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ۝٦ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ۝٧﴾ [الفاتحة: 1-7]

A'udhu billahi minash-shaitanir-rajim. Bismillahir-rahmanir-rahim.
Alhamdu lillahi rabbil-'alamin. Ar-rahmanir-rahim. Maliki yawmid-din. Iyyaka na'budu wa iyyaka nasta'in. Ihdinas-siratal-mustaqim. Siratal-ladhina an'amta 'alayhim ghairil-maghdubi 'alayhim walad-dallin.

3. بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ.

﴿الم ۝١ ذَلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِلْمُتَّقِينَ ۝٢ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ ۝٣ وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنْزِلَ مِنْ قَبْلِكَ وَبِالْآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ ۝٤ أُولَٰئِكَ عَلَى هُدًى مِنْ رَبِّهِمْ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ۝٥﴾ [البقرة: 1-5]

Bismillahir-rahmanir-rahim. Alif-Lam-Mim. Dhalikal-kitabu la raiba fih, hudal-lil-muttaqin. Alladhina yu'minuna bil-ghaibi wa yuqimunas-salata wa mimma razaqnahum yunfiqun. Walladhina yu'minuna bima unzila ilaika wa ma unzila min qablika wa bil-akhirati hum yuqinun. Ula'ika 'ala hudam-mir-rabbihim wa ula'ika humul-muflihun.

4. ﴿اللَّهُ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ ۝٢٥٥﴾ [البقرة: 255]

Allahu la ilaha illa huwal-hayyul-qayyum, la ta'khudhuhu sinatuw-wala nawm, lahu ma fis-samawati wa ma fil-ard, man dhal-ladhi yashfa'u 'indahu Illa bi-idhnih. Ya'lamu ma baina aidihim wa ma khalfahum, wa la yuhituna bi-shai'im-min 'ilmihi

illa bi-ma sha’. Wasi‘a kursiyyuhus-samawati wal-ard, wa la ya’uduhu hifdhuhuma, wa huwal-‘aliyyul-‘adhim.

5. ﴿آمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِنْ رُسُلِهِ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ ﴿٢٨٥﴾ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾﴾ [البقرة: 285-286]

Amanar-rasulu bima unzila ilaihi mir-rabbihi wal-mu’minun. Kullun amana billahi wa mala’ikatihi wa kutubihi wa rusulih. La nufarriqu baina ahadim-mir-rusulih. Wa qalu sami‘na wa ata‘na, ghufranaka rabbana wa ilaikal-masir. La yukallifullahu nafsan illa wus‘aha, laha ma kasabat wa ‘alaiha maktasabat. Rabbana la tu'akhidhna in-nasina aw akhta'na. Rabbana wala tahmil 'alaina isran kama hamaltahu 'alal-ladhina min qablina. Rabbana wala tuhammilna ma la taqata lana bih. Wa'fu 'anna, waghfir lana, warhamna. Anta mawlana fansurna 'alal-qawmil-kafirin.

6. ﴿قُلِ اللَّهُمَّ مَالِكَ الْمُلْكِ تُؤْتِي الْمُلْكَ مَنْ تَشَاءُ وَتَنْزِعُ الْمُلْكَ مِمَّنْ تَشَاءُ وَتُعِزُّ مَنْ تَشَاءُ وَتُذِلُّ مَنْ تَشَاءُ بِيَدِكَ الْخَيْرُ إِنَّكَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ﴿٢٦﴾ تُولِجُ اللَّيْلَ فِي النَّهَارِ وَتُولِجُ النَّهَارَ فِي اللَّيْلِ وَتُخْرِجُ الْحَيَّ مِنَ الْمَيِّتِ وَتُخْرِجُ الْمَيِّتَ مِنَ الْحَيِّ وَتَرْزُقُ مَنْ تَشَاءُ بِغَيْرِ حِسَابٍ ﴿٢٧﴾﴾ [آل عمران: 26-27]

Qulil-lahumma malikal-mulki tu'til-mulka man tasha'u wa tanzi'ul-mulka mimman tasha'u wa tu'izzu man tasha'u wa tudhillu man tasha'u, bi-yadikal-khair, innaka 'ala kulli shai'in qadir. Tulijul-laila fin-nahari wa tuliju an-nahara fil-lail, wa tukhrijul-hayya minal-mayyiti wa tukhrijul-mayyita minal-hayy, wa tarzuqu man tasha'u bi-ghairi hisab.

7. ﴿حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ ﴿١٧٣﴾﴾ [آل عمران: 173]

Hasbunallahu wa ni'mal-wakil

8. ﴿رَبَّنَا إِنَّنَا سَمِعْنَا مُنَادِيًا يُنَادِي لِلْإِيمَانِ أَنْ آمِنُوا بِرَبِّكُمْ فَآمَنَّا رَبَّنَا فَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَكَفِّرْ عَنَّا سَيِّئَاتِنَا وَتَوَفَّنَا مَعَ الْأَبْرَارِ ﴿١٩٣﴾ رَبَّنَا وَآتِنَا مَا وَعَدْتَنَا عَلَى رُسُلِكَ وَلَا تُخْزِنَا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّكَ لَا تُخْلِفُ الْمِيعَادَ ﴿١٩٤﴾﴾ [آل عمران: 193-194]

Rabbana innana sami'na munadiyay-yunadi lil-imani an aminu bi-rabbikum fa-amanna. Rabbana faghfir lana dhunubana wa kaffir 'anna sayyi'atina wa tawaffana ma'al-abrar. Rabbana wa atina ma wa'adtana 'ala rusulika wa la tukhzina yawmal-qiyamah. Innaka la tukhliful-mi'ad.

Agar koi shakhs (رَبَّنَا فَاغْفِرْ لَنَا...) ***(****Rabbana faghfir lana...)* se dua shuru kare to bhi koi harj nahin.

---

9. ﴿قَالَا رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنْفُسَنَا وَإِنْ لَمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾ [الأعراف: 23]

Qala Rabbana dhalamna anfusana wa in lam taghfir lana wa tarhamna lanakunanna minal-khasirin.

10. ﴿ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ أَنْتَ وَلِيِّي فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ تَوَفَّنِي مُسْلِمًا وَأَلْحِقْنِي بِالصَّالِحِينَ﴾ [يوسف: 101]

Fatiras-samawati wal-ardi anta waliyyi fid-dunya wal-akhirah. Tawaffani musliman wa al-hiqni bis-salihin.

Agar dua karne wala yun keh lay: "(رَبِّ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ

وَالْأَرْضِ) *(Rabbi Fatiras-samawati wal-ard...)*" to zyada behtar hoga

11. ﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ ﴿٨٢﴾﴾ [الإسراء: 82]

Wa nunazzilu minal-qur'ani ma huwa shifa'un wa rahmatul-lil-mu'minin

12. ﴿قُلْنَا يَا نَارُ كُونِي بَرْدًا وَسَلَامًا عَلَى إِبْرَاهِيمَ﴿٦٩﴾﴾ [الأنبياء: 69]

Qulna ya naru kuni bardan wa salaman 'ala Ibrahim.

13. ﴿وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ﴿٨٣﴾﴾ [الأنبياء: 83]

Wa ayyuba idh nada rabbahu anni massaniya-ddurru wa anta arhamur-rahimin.

Agar koi shakhs shuru ke alfaaz yun: (رَبِّ أَنِّي مَسَّنِيَ...) *(Rabbi anni massaniya...)* kar lay to bhi dua theek hai.

14. ﴿ لَا إِلَٰهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ ﴿٨٧﴾ فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْغَمِّ وَكَذَٰلِكَ نُنْجِي الْمُؤْمِنِينَ ﴿٨٨﴾ ﴾ [الأنبياء: 87-88]

La ilaha illa anta subhanaka inni kuntu minaz-zalimin. Fastajabna lahu wa najjaynahu minal-ghamm; wa kadhalika nunjil-mu'minin.

15. ﴿ هُوَ مَوْلَاكُمْ فَنِعْمَ الْمَوْلَىٰ وَنِعْمَ النَّصِيرُ ﴿٧٨﴾ ﴾ [الحج: 78]

Huwa mawlakum fani'mal-mawla wa ni'man-nasir.

16. ﴿ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ ﴿١٤﴾ ﴾ [المؤمنون: 14]

Fa tabarak-Allahu ahsan-ul-khaliqin.

17. ﴿أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ ﴿١١٥﴾ فَتَعَالَى اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ ﴿١١٦﴾ وَمَنْ يَدْعُ مَعَ اللَّهِ إِلَٰهًا آخَرَ لَا بُرْهَانَ لَهُ بِهِ فَإِنَّمَا حِسَابُهُ عِنْدَ رَبِّهِ إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الْكَافِرُونَ ﴿١١٧﴾ وَقُلْ رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّاحِمِينَ ﴿١١٨﴾ ﴾ [المؤمنون: 115-118]

Afahasibtum annama khalaqnakum ‘abathan wa annakum ilayna la turja’un. Fa ta'alallahu al-maliku al-haqq; la ilaha illa huwa rabbu al-'arshi al-karim. Wa man yad’u ma’allahi ilahan akhara la burhana lahu bihi fa innama hisabuhu ‘inda rabbih; innahu la yuflihu al-kafirun. Wa qur-rabbi-ghfir war-ham wa anta khayru-rrahimin.

18. ﴿وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ۝٨٠﴾ [الشعراء: 80]

Wa iza maridtu fahuwa yashfin.

19. ﴿وَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ وَكَفَى بِاللَّهِ وَكِيلًا۝٣﴾ [الأحزاب: 3]

Wa tawakkal ‘ala-llahi wa kafa billahi wakila.

20. ﴿ أَنِّي مَغْلُوبٌ فَانْتَصِرْ۝١٠﴾ [القمر: 10]

Anni maghlubun fantasir.

Agar koi shakhs pehla lafz yun kahe: (رَبِّ إِنِّي...) (*Rabbi anni*...) to bhi dua sahih hai.

21. ﴿هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ۝٢٢ هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلَامُ

الْمُؤْمِنُ الْمُهَيْمِنُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُشْرِكُونَ ۝٢٣ هُوَ اللَّهُ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَى يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ۝٢٤﴾ [الحشر: 22-24]

Huwallahulladhi la ilaha illa hu. 'Alimul-ghaybi wash-shahadati huwar-rahmanur-rahim. Huwallahulladhi la ilaha illa hu. Al-malikul-quddusus-salamul-mu'minul-muhaymin

Al-'azizul-jabbarul-mutakabbir. Subhan-allahi 'amma yushrikun. Huwallahul-khaliqul-bari-ul-musawwiru lahul-asma-ul-husna. Yusabbihu lahu ma fis-samawati wal-ard; wa huwal-'azizul-hakim.

22. ﴿قَاتِلُوهُمْ يُعَذِّبْهُمُ اللَّهُ بِأَيْدِيكُمْ وَيُخْزِهِمْ وَيَنْصُرْكُمْ عَلَيْهِمْ وَيَشْفِ صُدُورَ قَوْمٍ مُؤْمِنِينَ ۝١٤﴾ [التوبة: 14]

Qatiluhum yu'adh-dhibhumullahu bi-aydikum wa yukhzihim wa yansurkum 'alayhim wa yashfi suduura qawmim-mu'minin.

23. ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ ۝٥٧﴾ [يونس: 57]

Ya ayyuhan-nasu qad ja'atkum maw'izhatum mir-rabbikum wa shifa'ul lima fis-suduri wa hudaw-wa rahmatul lil-mu'minin.

24. ﴿ يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٦٩﴾ ﴾ [النحل: 69]

Yakhruju mim-butuniha sharabum-mukhtalifun alwanuhu fihi shifa'ul-linnas; inna fi dhalika la'ayatal-liqawmiy-yatafakkurun.

25. ﴿وَلَوْ جَعَلْنَاهُ قُرْآنًا أَعْجَمِيًّا لَقَالُوا لَوْلَا فُصِّلَتْ آيَاتُهُ ۖ أَأَعْجَمِيٌّ وَعَرَبِيٌّ ۗ قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءٌ ﴿٤٤﴾ ﴾ [فصلت: 44]

Wa law ja'alnahu qur'anan a'jamiyyal-laqalu lawla fussilat ayatuh; a-a'jamiyyuw-wa 'arabiyy? Qul huwa lilladhina amanu hudaw-wa shifa'.

26. بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ﴿قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ﴿١﴾ اللَّهُ الصَّمَدُ ﴿٢﴾ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ ﴿٣﴾ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ﴿٤﴾ ﴾ [الإخلاص: 1-4]

Bismillahir-Rahmanir-Rahim. Qul huwallahu ahad. Allahus-samad. Lam yalid wa lam yulad. Wa lam yakul-lahu kufuwan ahad.

27. بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ۝١ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ ۝٢ وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ۝٣ وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ ۝٤ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ۝٥﴾ [الفلق: 1-5]

Bismillahir-Rahmanir-Rahim. Qul a'udhu bi rabbil-falaq. Min sharri ma khalaq. Wa min sharri ghasiqin idha waqab. Wa min sharrin-naffathati fil-'uqad. Wa min sharri hasidin idha hasad.

28. بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ۝١ مَلِكِ النَّاسِ ۝٢ إِلَٰهِ النَّاسِ ۝٣ مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ۝٤ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ۝٥ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ۝٦﴾ [الناس: 1-6]

Bismillahir-Rahmanir-Rahim. Qul a'udhu bi rabbin-nas. Malikin-nas. Ilahin-nas. Min sharril-waswasil-khannas. Alladhi yuwaswisu fi sudurin-nas. Minal-jinnati wan-nas.

Quran-e-Kareem ki yeh aayaat aur surtein ba'is-e-shifa hain. Darasl Quran-e-Kareem poora hi shifa hai. Quran-e-Kareem ke elawa Nabi-e-Akram ﷺ ne bhi is silsile mein bahut saari duaein sikhlayi hain jin ki tafseelat to bari kutub mein dekhi ja sakti hain.

Yahan hum un mein se sirf chand duaein darj kar rahe hain:

.29

((لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ))

La hawla wa la quwwata illa billah.

Sahih Al Bukhari: 7484, Sahih Al Muslm: 2704

.30

((اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ۞ أَذْهِبِ الْبَأْسَ وَاشْفِ أَنْتَ الشَّافِي لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ شِفَاءً لَا يُغَادِرُ سَقَمًا))

Allahumma Rabban-nasi, adh-hibil-ba'sa wash-fi Antash-Shafi la shifa'a illa shifa'uka shifa'al-la yughadiru saqama.

Mareez ke paas 7 martaba yeh dua karein to Allah Ta'ala use is bimari se shifa de ga:

31. ((أَسْأَلُ اللهَ الْعَظِيمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ أَنْ يَشْفِيَكَ))

As'alullahal-azima rabbal-arshil-azimi ay-yashfiyaka.

(Abu Dawood, Tirmidhi, Musnad Ahmad, Sahih Al-Jami: 5766)

Yeh dua bhi mareez ke paas karni chahiye:

32. ((لَا بَأْسَ طَهُورٌ إِنْ شَاءَ اللَّهُ))

La ba'sa tahurun in sha' Allah.

(Sahih Al-Bukhari: 3616)

Subh o shaam namaz-e-fajr o maghrib ke baad 3 martaba yeh dua karein to tamaam bimariyon aur zarar rasan......zahreelay keeray makoron se mahfooz rahein ge.

33. بِسْمِ اللّٰهِ الَّذِى لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَىْءٌ فِى الْأَرْضِ وَلَا فِى السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

Bismillahilladhi la yadurru ma'asmihi shay'un fil-ardi wa la fis-sama'i wa huwas-Sami'ul-'Alim.

(Sunan Abi Dawood: 5088, Sunan At-Tirmidhi: 3388)

34. يَا حَىُّ يَا قَيُّومُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيثُ

Ya Hayyu Ya Qayyumu birahmatika astaghith.

(Sunan An-Nasa'i: 6/147, Mustadrak Al-Hakim: 1/730)

35. أُعِيذُكُمَا بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَامَّةٍ

U'idhukuma bikalimatil-lahit-tammati min kulli shaytanin wa hammatin wa min kulli 'aynin lammah.

(Sahih al-Bukhari: 3371)

Apne liye "أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ..." (A'oodhu bi-kalimaati...) doosre Ek ke liye "أُعِيذُكَ بِكَلِمَاتِ..." (U'eedhuka bi-kalimaati...) bhi kaha ja sakta hai.

36. ((اكْشِفِ الْبَأْسَ رَبَّ النَّاسِ إِلَهَ النَّاسِ)) (متفق عليه)

Ikshifil-ba'sa Rabban-nasi Ilahan-nas.

37.

بِسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ۞ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يُؤْذِيكَ۞ مِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنِ حَاسِدٍ۞ اللَّهُ يَشْفِيكَ۞ بِسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ

Bismillahi arqika, min kulli shay'in yu'dhika, min sharri kulli nafsin aw 'ayni hasidin, Allahu yashfika, bismillahi arqika.
(Sahih Muslim: 1286)

38.

اللَّهُمَّ لَا سَهْلَ إِلَّا مَا جَعَلْتَهُ سَهْلًا وَأَنْتَ تَجْعَلُ الْحَزْنَ إِذَا شِئْتَ سَهْلًا

Allahumma la sahla illa ma ja'altahu sahla, wa anta taj'alul-hazna idha shi'ta sahla.
(Sahih Ibn Hibban: 2427)

Rasool Allah ﷺ ne farmaya: "Jab tum mein se koi shakhs apne bistar se uth kar kahin jaye aur phir lout kar aaye to use apni chadar ke pallu se teen martaba jhaar lay, kyunke woh nahin jaanta ke us ke bistar par kya (saanp, bichhoo waghaira) aa gaya ho? Aur jab sone ke liye lait jaye to kahe:"

39. بِاسْمِكَ رَبِّي وَضَعْتُ جَنْبِي وَبِكَ أَرْفَعُهُ◉ فَإِنْ أَمْسَكْتَ نَفْسِي فَارْحَمْهَا◉ وَإِنْ أَرْسَلْتَهَا فَاحْفَظْهَا بِمَا تَحْفَظُ بِهِ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ

Bismika Rabbi wada'tu janbi wa bika arfa'uhu, fa'in amsakta nafsi farhamha, wa in arsaltaha fahfazha bima tahfazu bihi 'ibadakas-salihin.
(Sahih Al-Bukhari & Sahih Muslim)

40. Hazrat Fatima (Radiallahu Anha) se farmaya:

"Kya mein tumhein aisa amal na bataoon jo tumhare liye khadim se bhi behtar hai? Jab tum apne bistar par leto to 33 martaba ((سُبْحَانَ اللهِ)) ((Subhan Allah)), 33 martaba ((اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ)) ((Alhamdulillah)) aur 34 martaba ((اَللّٰهُ اَكْبَرُ))((Allahu Akbar)) kaha karo." (Muttafaqun Alayh)

41.

اللّٰهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ◉اللّٰهُمَّ بَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ ◉

Allahumma salli 'ala Muhammadin wa 'ala ali Muhammadin, kama sallayta 'ala Ibrahima wa 'ala ali Ibrahima, innaka

Hamidum Majeed. Allahumma barik 'ala Muhammadin wa 'ala ali Muhammadin, kama barakta 'ala Ibrahima wa 'ala ali Ibrahima, innaka Hamidum Majeed.

أَللَّهُمَّ احْفَظْنَا مِنْ كُلِّ بَلَاءِ الدُّنْيَا وَ عَذَابِ الْآخِرَةِ . رَبَّنَا تَقَبَّلْ مِنَّا إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ . وَصَلَّى اللَّهُ عَلَى عَبْدِهِ وَرَسُوْلِهِ مُحَمَّدٍ وَآلِهِ وَصَحْبِهِ وَسَلَّمَ.

Allahumma-hfadhna min kulli bala'id-dunya wa 'adhab-il-akhirah. Rabbana taqabbal minna innaka antas-sami'ul-'alim. Wa sallallahu 'ala 'abdihi wa rasulihi Muhammadin wa alihi wa sahbihi wa sallam.

Is kitab ki taba'at o isha'at mein hamare saath hamare dost

Engineer Mohammad Naseem (hafizahullah) walad Mohammad Mursaleen (rahimahullah)

(Al-Khobar, Saudi Arab, Bahrain, Munshi Pura, Mau, India)

Ne apne marhoom waalidayn غَفَرَ اللّٰهُ لَنَا وَلَهُمَا (Ghafarallāhu lanā wa lahumā) aur ahliya marhooma Abida Naseem (rahimahallah) bint marhoom Dr. Abdul Majid Lari (rahimahallah) ke Sadqa-e-Jariya ke liye ta'awun kiya hai.

غَفَرَ اللَّهُ لَنَا وَلَه وَلِوَالِدَيْنَا وَلِوَالِدَيْهِ وَزَوْجَتِهِ۞ وَجَزَاهُ اللَّهُ خَيْرًا فِي الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ

Ghafar-Allāhu lanā wa-lahu wa-li-wālidaynā wa-li-wālidayhi wa-zawjatihi, wa-jazāhu-Allāhu khayran fi-dunyā wal-ākhirah.

Allah Ta'ala hamari, us ki, hamare walidain ki, us ke walidain ki aur us ki ahliya (biwi) ki maghfirat farmaye, aur usey duniya o aakhirat mein behtareen jaza ata farmaye

Abu Adnan Mohammed Munir Qamar Nawabuddin
Translator, Sharia Court Al-Khobar
And Cooperative Preacher at Makatib al-Jaliyat
(Dawah Centers) Al-Khobar, Ar-Rakah, and Ad-Dammam
Saudi Arabia